|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **14.08.2024** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 3-7 лет | Каша молочная « Рябчик | | 180 | | 6,21 | | | 5,28 | 32,79 | | 203,0 | | 0,49 | 46 | |
| Бутерброд с вареной сгущенкой | | 30/20 | | 2,36 | | | 7,49 | 14,7 | | 136,1 | | 0,02 | 1 | |
| Чай | | 180 | | - | | | - | 10,78 | | 38,7 | | - | 263/264 | |
| Итого за прием пищи | | **410** | | **10,67** | | | **14,67** | **58,37** | | **402,6** | | **0,51** | - | |
| Второй завтрак для детей 3-7 лет | Снежок | 120 | | | 5,4 | | 5,0 | | 21,6 | | 158 | | 10,0 | 368 | |
| Итого за прием пищи | **120** | | | **5,4** | | **5,0** | | **21,6** | | **158** | | **10,0** | - | |
| Обед для детей 3-7 лет | Салат овощной | | 60 | | | 0,6 | | 4,1 | | 2,1 | | 47,1 | 8,52 | | - |
| Суп гречневый с курицей | | 180 | | | 3,73 | | 5,43 | | 18,7 | | 129,6 | 7,02 | | 101 |
| Картофельное пюре | | 130 | | | 3,4 | | 4,69 | | 27,6 | | 152,5 | - | | 152 |
| Рыба в сметанном соусе | | 70 | | | 8,54 | | 4,55 | | 38,6 | | 96,74 | 0,2 | | - |
| Компот из сухофруктов | | 180 | | | 0,43 | | 0,01 | | 21,42 | | 81,0 | 0,36 | | 241 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 50 | | | 3,3 | | 0,6 | | 16,7 | | 89,5 | - | | 123 |
| Итого за прием пищи | | **670** | | | **25,0** | | **24,3** | | **137,12** | | **596,44** | **16,1** | | - |
| Усиленный полдник для детей 3-7 лет | Ленивые голубцы | | 180 | | | 13,5 | | 16,9 | | 11,6 | | 253,0 | 7,2 | | 151 |
| Чай с сахаром | | 180 | | | - | | - | | 10,78 | | 38,7 | - | | 263 |
|  | Хлеб | | 30 | | | 1,98 | | 0,36 | | 10,02 | | 53,7 |  | | 123 |
| Итого за день: | | | | **390** | | **15,48** | | **17,26** | | **32,4** | | **345,4** | **7,2** | | **-** |
|  | | | |  | | **51,19** | | **55,71** | | **237,69** | | **1502,3** | **33,84** | | **-** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход блюда | | Пищевые вещества | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | Витамин С | N рецептуры | |
| Б | | | Ж | У | |
| **14.08.2024** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак для детей 2-3 лет | Каша молочная РЯБЧИК | | 150 | | 4,67 | | | 4,86 | 25,83 | | 166,0 | | 0,49 | 46 | |
| Бутерброд с вареной сгущенкой | | 25/15 | | 2,46 | | | 0,25 | 21,05 | | 97,6 | | 0,1 | 1 | |
| Чай | | 150 | |  | | |  | 8,98 | | 32,25 | |  | 263 | |
| Итого за прием пищи | | **340** | | **9,23** | | | **7,01** | **55,96** | | **320,65** | | **0,59** | - | |
| Второй завтрак для детей 2-3 года | Снежок | 80 | | | 4,05 | | 3,75 | | 16,9 | | 118,5 | | 0,24 | 368 | |
| Итого за прием пищи: | **80** | | | **4,05** | | **3,75** | | **16,9** | | **118,5** | | **0,24** | - | |
| Обед для детей 2-3 лет | Салат овощной | | 40 | | | 0,4 | | 2,7 | | 1,4 | | 31,4 | 5,68 | | 11 |
| Суп гречневый с курицей | | 150 | | | 3,11 | | 4,52 | | 14,75 | | 108,0 | 5,85 | | 101 |
| Картофельное пюре | | 110 | | | 2,62 | | 3,61 | | 21,2 | | 117,3 | 2,57 | | 152 |
| Рыба в сметанном соусе | | 60 | | | 6,1 | | 3,25 | | 27,6 | | 69,1 | 0,2 | |  |
| Компот из сухофруктов | | 150 | | | 0,36 | | 0,01 | | 17,85 | | 67,50 | 0,30 | | 241 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 40 | | | 2,64 | | 0,48 | | 13,36 | | 71,6 | 0 | | 123 |
| Итого за прием пищи: | | **550** | | | **15,23** | | **14,57** | | **96,16** | | **464,9** | **14,6** | | - |
| Усиленный полдник для детей 2-3 года | Ленивые голубцы | | 130 | | | 9,75 | | 12,28 | | 8,37 | | 182,6 | 6,24 | | 151 |
| Чай с сахаром | | 150 | | |  | |  | | 8,97 | | 32,25 |  | | 263 |
| Хлеб | | 20 | | | 1.33 | | 0,24 | | 6,68 | | 35,8 |  | | 123 |
| Итого за день: | | | | **320** | | **11,08** | | **12,52** | | **24,02** | | **250,65** | **6,34** | | **-** |
|  | | | |  | | **53,44** | | **37,5** | | **193,04** | | **1151,7** | **21,53** | | **-** |